

Nieuwsbrief van het Parkinson Café oktober 2015.



Parkinson Vereniging regio 't Gooi
website: www.parkinsoncafelaren.nl
Twitter: @parkinsontGooi
Email: parkinsoncafelaren@gmail.com



Adres Parkinson Café:
Amaris Theodotion (Ridderzaal),
Werkdroger 1,
1251 CM Laren

Inhoud

Parkinson Café van 17 september 2015	1
Parkinson Café van 15 oktober 2015	2
Zanggroep.....	2
Wijnproefavond.....	3
Daans verhaal	3
Dag van de mantelzorg.....	4
Wat is ParkinsonTV?	4
Agenda komende maanden	4
Organisatieteam Parkinson Café	5

Parkinson Café van 17 september 2015

Dr Witjes van de slaappoli in Blaricum ging tijdens het Café uitgebreid in op het verschijnsel slapen; over 's nachts slecht slapen, overdag moeite hebben om wakker te blijven, snurken of last hebben van rusteloze benen tijdens de slaap kan. Een boeiend verhaal. Ook de specifieke kenmerken voor de Parkinson Patiënt kwamen aan de orde. Er was weer ruimschoots gelegenheid vragen te stellen.



Parkinson Café van 15 oktober 2015

Het Parkinson Café van 15 oktober heeft gevarieerd programma. Allereerst komt Ellen van Bruggen vertellen over de Tandarts Praktijk Geriatrie P.J. van Bruggen en wat de praktijk te bieden heeft voor Parkinson Patiënten.



Daarna zullen Peter, George en Ineke een blik werpen op de activiteiten die het Parkinson Café in het verleden, heden en toekomst had, heeft of start. Daarbij wordt o.a. aandacht besteed aan Nordic Walking en hydrotherapie. Uw inbreng wordt gevraagd bij het zoeken naar nieuwe activiteiten.

Tot slot komt Luc Everts vertellen over de Parkinson Thuis Studie. Hij zal ons vragen hieraan mee te doen.

Verdere informatie: www.parkinsonthuis.nl

Start van het Parkinson Café is 14:30 open 14:00 uur

Zanggroep

De zanggroep van het Parkinson Café draait nu een maand met groot enthousiasme. De inspirerende dirigent Peter heeft al aardig wat basisvaardigheden aangebracht. Heeft u zin om mee te doen, geef u dan op via parkinsoncafelaren@gmail.com of kom langs bij een repetitie. U hoeft geen enkele ervaring met zingen te hebben. Mannen, vrouwen en partners zijn van harte welkom.

De kosten zijn slechts 10 euro per maand. U krijgt de koffie gratis.



De repetitie is iedere woensdag van 10:30 tot 12:15 uur in:
Buurthuis Meentamorfose.
Landweg 3
Huizen

Wijnproefavond



Op 22 oktober van 20 – 22 uur is er weer een wijnproefavond gepland. Deze wordt gehouden bij:

Siersma,
Havenstraat 30,
Huizen.

De kosten zijn 10 euro. Opgeven bij Peter (per e-mail of in het café)

Daans verhaal

Bij de oogarts



Eens per jaar ga ik voor controle naar oogziekenhuis Zonnestraal aan de 's-Gravelandseweg in Hilversum. Het is altijd een prettige ontvangst. Een vriendelijke dame reikt mij koffie aan. Een andere vriendelijke dame

mikt met vaardige hand druppels in mijn ogen terwijl ik naar het plafond staar. Even later mag ik naar de oogarts, die mijn ogen op allerlei manieren bekijkt en belicht en mijn leesvaardigheid onderzoekt. Ik verwacht het een en ander te horen over nystagmus (de oogkwaal waaraan ik van jong af lijd), diabetes (die gelukkig geen invloed heeft op de kwaliteit van mijn ogen) en staar, waaraan ik wel een keer geopereerd zal worden, vermoed ik. Wijsheden over Parkinson verwacht ik niet – voor mij is dat een ander terrein van de medische wetenschap -, maar die komen er wel. Logisch eigenlijk ook. Meneer Parkinson bemoeit zich nu eenmaal met alles in ons lijf, dus waarom ook niet met onze ogen?

De oogarts wil wat bij mij druppelen, maar dat zit hem niet glad. Het is een hele worstelpartij, waarvoor ik mij verontschuldig. ‘Geeft niet,’ zegt hij, ‘dat zie je vaak bij parkinsonpatiënten, die krampachtige reactie. U kunt het niet helpen.’ Even later breng ik ter sprake dat ik nogal last heb van tranende ogen, wat het lezen lastig maakt. Ook dat is volgens hem iets van Parkinson. De verstijving in het gelaat leidt ertoe dat je te weinig knippert, en dat wordt dan goedge maakt door die telkens opduikende tranen. ‘Probeer u wat vaker te knipperen,’ zegt hij, ‘dan wordt het vast wel minder.’

Makkelijker gezegd dan gedaan. Weer een voorbeeld dat je als parkinsonadept moet stilstaan bij wat voor anderen doodnormaal is. Je zou briefjes in huis kunnen ophangen met de tekst KNIPPEREN. Dat briefjesidee heb ik van logopediste Brechje. Ik vroeg haar wat ik kon doen tegen het veelvuldige speekselverlies, en haar antwoord was: vaker slikken. ‘Hang maar briefjes in huis met de tekst SLIKKEN.’ Zo lust ik er nog wel een paar. RECHTOP LOPEN,

DUIDELIJK SPREKEN en GOED VASTHOUDEN bijvoorbeeld. En in de sector tegeltjeswijsheid gooit BEZINT EER GE BEGINT ongetwijfeld hoge ogen. Voor uitbreiding vatbaar, en het is trouwens heel persoonlijk.

Reageren? Ga naar:

dbvanderwaals@telfort.nl

.....

Dag van de mantelzorg



7 en 10 november is dag van de mantelzorg, georganiseerd door Versa Welzijn voor mantelzorgers uit Gooi, Vechtstreek en Eemnes

Er worden verschillende activiteiten ontplooid, zoals film, workshops en High Tea.

Informatie en aanmelden: tel: 0900-6662222 (lokaal tarief)

of kijk op www.ridderlijkeroeping.nl

.....

Wat is ParkinsonTV?



Parkinson TV

Voor parkinsonpatiënten, direct betrokkenen, mantelzorgers en zorgverleners zenden wij live via internet een maandelijks programma uit. U als kijker wordt hiermee direct en laagdrempelig geïnformeerd over (soms lastige) onderwerpen. U kunt actief deelnemen aan de uitzending door vragen direct aan het panel te stellen. Wij zullen zoveel mogelijk vragen in de uitzending bespreken.

Voor meer informatie: <http://www.parkinsontv.nl/>

.....

Agenda komende maanden

- 15 oktober: Tandarts Praktijk Geriatrie P.J. van Bruggen bieden u zorg, persoonlijke aandacht en adviezen voor uw mond en gebit. Ellen van Bruggen komt ons zelf in het kort vertellen wat de praktijk ook te bieden heeft voor Parkinson Patiënten. Daarna zullen Peter Versteeg en George van Heerden een blik werpen op verleden, heden en toekomst van het Parkinson Café
 - 19 november: Het is de beurt aan neuroloog Dr. Laboyrie om een verhaal te komen vertellen. Waar het precies overgaat, is nog niet bekend, maar het traditionele openbare consult zal daar zeker onderdeel van uitmaken.
 - 10 december N.B. de **tweede donderdag** van december en dus schilderen en kerststukjes maken.
-

Organisatieteam Parkinson Café

Peter Versteeg	035-5267803	pg.versteeg@casema.nl
Ineke van de Heijden	035-5265272	inekevandeheijden@casema.nl
Els Kole-Hillebrink	035-6947670	ehillebrink@hotmail.com
George van Heerden	035-6212848	georgevan.heerden@gmail.com
Algemeen		parkinsoncafelaren@gmail.com

